

THÍCH ỨNG XÃ HỘI CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM, ĐẠI HỌC HUẾ

Lê Văn Khuyên¹, Phan Thị Kim Liên², Hồ Văn Dũng³

¹Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế; Email: lvkhuyen@hueuni.edu.vn

²Trường Đại học Văn Lang; Email: lien.ptk@vlu.edu.vn

³Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế; Email: hvdung@hueuni.edu.vn

Tóm tắt: Sinh viên năm thứ nhất thường đối mặt với nhiều thách thức trong quá trình chuyển tiếp từ bậc phổ thông sang môi trường đại học, đặc biệt là trong việc thích ứng xã hội. Bài viết này trình bày kết quả khảo sát thực trạng thích ứng xã hội của 181 sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế, dưới ba phương diện: quan hệ với bạn bè, quan hệ với giảng viên và mức độ tuân thủ, tham gia hoạt động xã hội. Kết quả cho thấy phần lớn sinh viên có mức độ thích ứng ở mức trung bình – khá, với biểu hiện tích cực trong việc xây dựng mối quan hệ bạn bè và tuân thủ nội quy học đường. Tuy nhiên, một bộ phận sinh viên vẫn gặp khó khăn trong giao tiếp, thiếu chủ động chia sẻ và tham gia các hoạt động cộng đồng. Dựa trên các dữ liệu định lượng và định tính, bài viết đề xuất một số khuyến nghị nhằm hỗ trợ sinh viên nâng cao năng lực thích ứng xã hội trong học kỳ đầu của năm học đầu tiên.

Từ khóa: thích ứng xã hội, sinh viên năm thứ nhất, quan hệ bạn bè, quan hệ thầy cô, tâm lý học đường, kỹ năng xã hội.

1 ĐẶT VẤN ĐỀ

Thích ứng xã hội (TUXH), về bản chất, là quá trình con người tiếp nhận kinh nghiệm xã hội – lịch sử thông qua hoạt động tích cực, từ đó điều chỉnh hành vi phù hợp với điều kiện thay đổi của xã hội. Đây là một thuộc tính tâm lý gắn liền với sự hình thành nhân cách. Theo Vũ Dũng (2000), TUXH là “quá trình thích nghi tích cực của cá nhân với điều kiện xã hội mới”, đồng thời là kết quả phản ánh mức độ thành công của sự hòa nhập xã hội. Theo Trần Thị Minh Đức (2004), thích ứng là quá trình hòa nhập tích cực với hoàn cảnh có vấn đề, giúp cá nhân đạt sự trưởng thành về mặt tâm lý – xã hội. M. Weber (1994) khẳng định rằng cá nhân giữ vai trò chủ động trong quá trình thích nghi xã hội, chứ không chỉ đơn thuần tiếp nhận các chuẩn mực xã hội sẵn có. Theo đó, quá trình thích ứng vừa là một cơ chế điều chỉnh, vừa là một hình thức phát triển năng lực xã hội. L.V. Korel (2005) và G.F. Tokareva (2009) nhấn mạnh vai trò tương tác hai chiều giữa cá nhân và xã hội trong TUXH: cá nhân không chỉ thay đổi để phù hợp với xã hội, mà còn có thể thay đổi xã hội thông qua hoạt động sáng tạo và thích nghi chủ động.

Sinh viên (SV) năm thứ nhất là nhóm đang trải qua giai đoạn chuyển tiếp quan trọng từ thời phổ thông sang môi trường đại học, nơi có những yêu cầu mới về phương pháp học tập, kỹ năng sống và giao tiếp xã hội. Đây cũng là giai đoạn mà cá nhân bắt đầu phải sống xa gia đình, tự lập trong sinh hoạt, quản lý thời gian và giải quyết các mối quan hệ mới. Sự thay đổi đột ngột này dễ dẫn đến những khủng hoảng tâm lý như lo âu, mất phương hướng, cô đơn, hoặc chán nản nếu SV không có khả năng thích ứng tốt. Theo E.H. Erikson (1963), SV năm thứ nhất thường đối diện với khủng hoảng vai trò và bản sắc; nếu không vượt qua, cá nhân dễ rơi vào trạng thái rối nhiễu tâm lý. L.A. Antipova (2008) chỉ ra rằng những sai lệch trong tổ chức giáo dục ở năm đầu đại học, đặc biệt là sự thiếu đồng bộ trong hoạt động của giảng viên và cán bộ quản lý, gây khó khăn cho sự thích nghi của SV. Theo Đào Thị Duy Duyên (2013), SV năm nhất đang ở giai đoạn chuyển tiếp, dễ rơi vào khủng hoảng nếu không thích nghi tốt với yêu cầu, văn hóa và nhịp độ học tập của môi trường đại học. M. Weber (1994)

khẳng định rằng cá nhân giữ vai trò chủ động trong quá trình thích nghi xã hội, chứ không chỉ tiếp nhận các chuẩn mực xã hội sẵn có. Theo đó, quá trình thích ứng vừa là một cơ chế điều chỉnh, vừa là một hình thức phát triển năng lực xã hội.

V.I. Dolgova, O.A. Kondratyeva và E.S. Nizhegorodtseva (2015) phân loại thích nghi xã hội của SV năm nhất thành hai dạng:

- *Thích nghi xã hội – tâm lý*: thích ứng với nhóm, các mối quan hệ, phát triển phong cách hành vi riêng.

- *Thích nghi xã hội – nghề nghiệp*: thích ứng với chuyên ngành và xã hội nghề nghiệp tương lai.

Thích ứng xã hội của SV năm nhất là giai đoạn nền tảng, có ảnh hưởng sâu sắc đến sự phát triển toàn diện cả về nhân cách và chuyên môn. Việc TUXH thành công giúp SV duy trì sự phát triển nhân cách ổn định trong môi trường học tập mới.

2. KHÁCH THỂ VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu được tiến hành trên 181 SV năm thứ nhất Trường ĐHSP, ĐH Huế. Phần lớn SV đến từ nông thôn và miền núi (82,9%), đa số là nữ (80,2%), sống xa gia đình và có sự đa dạng về quan hệ xã hội. Dựa trên các nghiên cứu của C.E. Izard (1977), L.A. Antipova (2008), P.H. Zapipov và I.P. Zapipova (2011), V.I. Dolgova và cộng sự (2015), chúng tôi xác định tiêu chí của sự TUXH của SV năm thứ nhất biểu hiện ở ba mặt sau:

- Mối quan hệ với giảng viên: Có thái độ tích cực: tôn trọng, gần gũi, không cảm thấy rào cản giao tiếp; Chủ động bày tỏ quan điểm, tham gia trao đổi học thuật; Giao tiếp hiệu quả, chia sẻ khó khăn trong học tập và cuộc sống.

- Mối quan hệ với bạn bè: Có tinh thần hợp tác, yêu quý và tôn trọng bạn bè; Có nhóm bạn thân thiết để hỗ trợ lẫn nhau; Hòa nhập nhanh chóng, chủ động trong giao tiếp và các hoạt động nhóm.

- Mức độ tuân thủ và tham gia xã hội: Chấp hành nội quy, quy chế học đường; Tích cực tham gia các hoạt động ngoại khóa, phong trào, hoạt động cộng đồng.

Về phương pháp, nghiên cứu kết hợp giữa nghiên cứu lý luận, khảo sát bằng bảng hỏi và phỏng vấn sâu. Bảng hỏi được xây dựng dựa trên cơ sở lý thuyết và được kiểm định sơ bộ thông qua khảo sát thử, sau đó triển khai khảo sát chính thức với thang đo Likert 4 mức. Khách thể khảo sát được yêu cầu lựa chọn theo quy ước sau: *Đối với các item tích cực*: Thường xuyên (4 điểm), khá thường xuyên (3 điểm), thỉnh thoảng (2 điểm), không bao giờ (1 điểm); *Đối với các item tiêu cực*: Thường xuyên (1 điểm), khá thường xuyên (2 điểm), thỉnh thoảng (3 điểm), không bao giờ (4 điểm). Dữ liệu được phân tích bằng SPSS 22.0 với các kỹ thuật thống kê mô tả. Các thông số thống kê cơ bản được sử dụng trong đánh giá thực trạng của vấn đề nghiên cứu là: Số lượng, tỷ lệ phần trăm, điểm trung bình và độ lệch chuẩn. Trong đó, việc phân loại mức độ TUXH của SV theo điểm trung bình được quy ước như sau: Điểm trung bình chung ($\bar{X}$) và độ lệch chuẩn (SD) của các thang đo được xem xét để xếp hạng mức độ như sau: Nếu $\bar{X}_{(\text{toàn thang đo})} - 1SD \leq \text{điểm trung bình của item/ biến} \leq \bar{X}_{(\text{toàn thang đo})} + 1SD$: Điểm trung bình của item/ biến thuộc mức chuẩn; Nếu $1 \leq \text{điểm trung bình của item/ biến} < \bar{X}_{(\text{toàn thang đo})} - 1SD$: Điểm trung bình của item/ biến thuộc mức thấp; Nếu $\bar{X}_{(\text{toàn thang đo})} + 1SD < \text{điểm trung bình của item/ biến} \leq 4$: Điểm trung bình của item/ biến thuộc mức cao. Theo đó, việc phân loại mức độ TUXH được xác định khoảng điểm trung bình (ĐTB) như sau: Mức thấp ĐTB từ 1 – 2,86; Mức chuẩn ĐTB từ 2,87 – 3,62; Mức cao ĐTB từ 3,63 – 4. Phương pháp phỏng vấn sâu được thực hiện với SV

và giảng viên để làm rõ hoàn cảnh sống, biểu hiện cảm xúc, khó khăn TUXH của SV, xác định các yếu tố ảnh hưởng (cá nhân, xã hội, môi trường), đề xuất giải pháp hỗ trợ từ góc nhìn thực tiễn.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Mức độ thích ứng xã hội của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

Bảng 1. Kết quả tự đánh giá của sinh viên về mức độ thích ứng xã hội của sinh viên

TT	Mức độ thích ứng xã hội	Số lượng	Tỷ lệ (%)
1	Thích ứng thấp	29	16,0
2	Thích ứng trung bình (Chuẩn)	127	70,1
3	Thích ứng cao	27	14,9
	Tổng	181	100

Số liệu trong Bảng 1 phản ánh một bức tranh tổng quan về mức độ TUXH của SV năm thứ nhất Trường ĐHSP, ĐH Huế:

- 70,1% SV thích ứng ở mức trung bình (chuẩn), cho thấy phần lớn SV đang trong quá trình điều chỉnh hành vi xã hội và làm quen với môi trường đại học mới. Đây là một kết quả tích cực, phù hợp với đặc điểm phát triển ở giai đoạn chuyển tiếp từ trung học phổ thông lên đại học, khi các em bắt đầu hình thành kỹ năng giao tiếp xã hội, xây dựng mối quan hệ bạn bè, và học cách thích ứng với nội quy, quy định của trường.

- Tuy nhiên, có tới 16% SV có mức TUXH thấp, điều này đặt ra vấn đề cần quan tâm về mặt hỗ trợ tâm lý – xã hội. Những SV này có thể gặp khó khăn trong việc thiết lập các mối quan hệ xã hội, thiếu kỹ năng tương tác, hoặc chịu ảnh hưởng bởi cảm xúc lo âu, rụt rè, dẫn đến việc thu mình, cô lập – những biểu hiện phổ biến trong giai đoạn đầu của sự không thích ứng xã hội (N.K. Schlossberg, 1981).

- Chỉ 14,9% SV đạt mức TUXH cao – tỷ lệ này còn khá thấp. Trong điều kiện lý tưởng, nhóm này nên chiếm tỷ lệ lớn hơn ở giai đoạn học kỳ hai năm nhất – thời điểm các SV đã có cơ hội tiếp xúc tương đối đủ với môi trường học tập và sinh hoạt ở đại học.

3.2. Biểu hiện thích ứng xã hội của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm, Đại học Huế

3.2.1. Thích ứng xã hội biểu hiện qua mối quan hệ bạn bè

Bảng 2: Kết quả đánh giá thích ứng xã hội của SV năm thứ nhất qua mối quan hệ bạn bè

TT	Nội dung biểu hiện	Mức độ biểu hiện (%)				ĐTB	ĐLC
		TX	KTX	TT	KBG		
1	Tôi giúp đỡ bạn bè trong học tập cũng như trong cuộc sống	30,4	49,2	18,8	1,7	3,1	0,7
2	Tôi tôn trọng bạn bè	66,3	28,7	3,9	1,1	3,6	0,6
3	Tôi yêu quý bạn bè	60,8	33,1	5,5	0,6	3,5	0,6
4	Tôi chia sẻ khó khăn của mình với bạn bè	30,4	27,6	32,0	9,9	2,8	1,0
5	Tôi chủ động, tích cực giao tiếp với bạn bè	33,7	39,2	23,8	3,3	3,0	0,8
6	Tôi không thờ ơ trước những khó khăn của	45,3	41,4	8,3	5,0	3,3	0,8

TT	Nội dung biểu hiện	Mức độ biểu hiện (%)				ĐTB	ĐLC
		TX	KTX	TT	KBG		
	bạn						
7	Tôi hòa đồng với bạn bè	49,7	42,5	6,6	1,1	3,4	0,7
8	Tôi có những người bạn/ nhóm bạn thân	45,9	34,3	16,6	3,3	3,2	0,8
9	Tôi chủ động tham gia các hoạt động xã hội cùng bạn bè	38,7	33,7	24,3	3,3	3,1	0,9
ĐTB chung						3,2	0,6

Chú thích: TX: Thường xuyên; KTX: Khá thường xuyên; TT: thỉnh thoảng; KBG: Không bao giờ; ĐTB: Điểm trung bình ($1 \leq \text{ĐTB} \leq 4$); ĐLC: Độ lệch chuẩn.

Kết quả khảo sát 181 SV năm thứ nhất tại Trường ĐHSP, ĐH Huế (Bảng 2) cho thấy mức độ TUXH trong quan hệ bạn bè nhìn chung khá tích cực, với điểm trung bình (ĐTB) đạt 3,2/4 (độ lệch chuẩn – ĐLC = 0,6).

Các hành vi như “Tôi tôn trọng bạn bè” có ĐTB = 3,6 (95% chọn “thường xuyên” hoặc “khá thường xuyên”) và “Tôi yêu quý bạn bè” có ĐTB = 3,5 (93,9% phản hồi tích cực) cho thấy SV duy trì các giá trị xã hội cơ bản và gắn kết trong các mối quan hệ ngang hàng. Ngoài ra, hành vi “Tôi hòa đồng với bạn bè” có ĐTB = 3,4 và “Tôi không thờ ơ trước những khó khăn của bạn” có ĐTB = 3,3 cũng phản ánh năng lực đồng cảm và sự quan tâm đến người khác – những yếu tố đặc trưng của trí tuệ cảm xúc.

Tuy nhiên, một số hành vi thể hiện mức độ TUXH chưa cao. Hành vi “Tôi chia sẻ khó khăn của mình với bạn bè” chỉ đạt ĐTB = 2,8, với gần 42% SV trả lời “thỉnh thoảng” hoặc “không bao giờ”. Tương tự, hành vi “Tôi chủ động, tích cực giao tiếp với bạn bè” có ĐTB = 3,0, cho thấy việc thiết lập tương tác xã hội một cách chủ động vẫn còn là thách thức đối với một bộ phận SV năm thứ nhất.

Phỏng vấn sâu cho thấy dù đã xây dựng được một số mối quan hệ bạn bè ổn định, SV vẫn hạn chế trong việc chia sẻ các khó khăn cá nhân. Một số SV cho biết cảm thấy ngại ngùng, không thoải mái hoặc sợ bị đánh giá khi nói về vấn đề học tập, gia đình hay cảm xúc riêng tư. Những rào cản tâm lý này là đặc trưng phát triển ở lứa tuổi thanh niên, khi nhu cầu được công nhận cao nhưng kỹ năng tiết lộ bản thân và xây dựng niềm tin còn hạn chế (E.H. Erikson, 1968; D. Goleman, 1995).

Từ góc độ tâm lý học phát triển và xã hội, kết quả trên cho thấy SV có nền tảng tương đối tốt trong việc thiết lập quan hệ ngang hàng – yếu tố then chốt giúp củng cố bản sắc cá nhân và tăng cường sự an toàn tâm lý trong môi trường đại học. Tuy nhiên, xu hướng né tránh chia sẻ có thể ảnh hưởng tiêu cực đến khả năng điều chỉnh cảm xúc, đồng thời phản ánh sự thiếu hụt về kỹ năng xã hội do ảnh hưởng từ môi trường giáo dục phổ thông.

Tóm lại, SV năm thứ nhất có mức độ TUXH tương đối tích cực trong mối quan hệ bạn bè, nhưng vẫn cần được hỗ trợ thông qua các chương trình phát triển kỹ năng giao tiếp, chia sẻ cảm xúc và thực hành tình huống xã hội để nâng cao hiệu quả thích ứng.

3.2.2. Thích ứng xã hội biểu hiện qua mối quan hệ với thầy cô

Một trong những mối quan hệ then chốt đối với sinh viên trong môi trường đại học là mối quan hệ với giảng viên. Sinh viên thể hiện thái độ tích cực, chủ động giao

tiếp và sẵn sàng bày tỏ quan điểm cá nhân với giảng viên thường được xem là có mức độ thích ứng xã hội cao trong mối quan hệ này.

Bảng 3: Kết quả đánh giá thích ứng xã hội của SV năm thứ nhất qua mối quan hệ với thầy cô

TT	Nội dung biểu hiện	Mức độ biểu hiện (%)				ĐTB	ĐLC
		TX	KTX	TT	KBG		
1	Tôi chủ động hỏi thầy cô giáo những điều mình chưa biết	19,3	29,3	42,0	9,4	2,6	0,9
2	Tôi bày tỏ quan điểm của bản thân với thầy cô	20,4	22,1	45,3	12,2	2,5	1,0
3	Tôi chia sẻ khó khăn của mình với thầy cô	14,9	16,6	44,8	23,8	2,2	1,0
4	Tôi chủ động giao tiếp với thầy cô	18,2	23,2	45,3	13,3	2,5	0,9
5	Tôi kính trọng thầy cô	80,7	14,9	3,3	1,1	3,8	0,6
6	Tôi yêu quý thầy cô	77,9	19,3	2,2	0,6	3,7	0,5
7	Tôi không thấy xa lạ với thầy cô	37,0	34,3	26,0	2,8	3,2	0,9
8	Tôi thường lánh tránh khi gặp thầy, cô giáo*	10,5	12,2	26,5	50,8	2,8	1,0
9	Tôi ngại ngùng khi giao tiếp với thầy cô*	10,5	18,2	51,4	19,9	3,7	0,9
ĐTB chung						2,9	0,5

Chú thích: TX: Thường xuyên; KTX: Khá thường xuyên; TT: Thỉnh thoảng; KBG: Không bao giờ; ĐTB: Điểm trung bình ($1 \leq \text{ĐTB} \leq 4$); ĐLC: Độ lệch chuẩn.

Kết quả khảo sát tại Bảng 3 cho thấy mức độ TUXH của SV năm thứ nhất Trường ĐHSP, ĐH Huế ở mức khá tốt, với ĐTB = 3,2/4 (ĐLC = 0,6). Trong đó, các hành vi như “Tôi tôn trọng bạn bè” (ĐTB = 3,6), “Tôi yêu quý bạn bè” (ĐTB = 3,5) và “Tôi hòa đồng với bạn bè” (ĐTB = 3,4) có tỷ lệ SV lựa chọn mức độ thể hiện cao, phản ánh khả năng duy trì các giá trị tích cực và năng lực hòa nhập nhóm tương đối tốt.

Tuy vậy, một số biểu hiện như “Tôi chia sẻ khó khăn với bạn bè” (ĐTB = 2,8) và “Tôi chủ động giao tiếp với bạn bè” (ĐTB = 3,0) cho thấy còn tồn tại những rào cản trong việc bộc lộ cảm xúc và thiết lập giao tiếp chủ động ở một bộ phận SV. Ngoài ra, các hành vi như “Tôi có nhóm bạn thân” (ĐTB = 3,2) hay “Tôi không thờ ơ với khó khăn của bạn” (ĐTB = 3,3) cho thấy sự kết nối xã hội đang dần hình thành nhưng chưa thực sự sâu sắc.

Thông qua phỏng vấn sâu, nhiều SV chia sẻ rằng họ ít khi chủ động tiếp xúc hay bày tỏ cảm xúc với giảng viên, do thói quen thụ động từ bậc phổ thông. Cảm giác e ngại, sợ bị đánh giá và thiếu nền tảng tin tưởng là những rào cản phổ biến. Bên cạnh đó, sự tương tác giữa giảng viên và SV vẫn mang tính hình thức, thiên về truyền đạt kiến thức hơn là đồng hành tâm lý – xã hội.

Từ góc độ tâm lý học xã hội, có thể thấy SV năm nhất đã bước đầu TUXH với môi trường học tập qua các mối quan hệ bạn bè. Tuy nhiên, hạn chế trong chia sẻ và giao tiếp chủ động cho thấy cần thiết phải tổ chức các hoạt động hỗ trợ TUXH, tăng cường kỹ năng giao tiếp và xây dựng môi trường học tập thân thiện, cởi mở ngay từ năm đầu đại học.

3.2.3. Thích ứng xã hội biểu hiện qua việc thực hiện nội quy nhà trường và tham gia hoạt động xã hội

Sự tuân thủ nội quy, quy chế trường học và mức độ tham gia các hoạt động tập thể là một biểu hiện quan trọng phản ánh mức độ TUXH của SV trong môi trường giáo dục đại học.

Bảng 4: Kết quả đánh giá thích ứng xã hội của SV năm thứ nhất qua việc thực hiện nội quy trường học và tham gia hoạt động xã hội

TT	Nội dung biểu hiện	Mức độ biểu hiện (%)				ĐTB	ĐLC
		TX	KTX	TT	KBG		
1	Tôi coi bài, sử dụng tài liệu trong thi cử	5,0	6,1	6,6	82,3	3,7	0,8
2	Tôi nhờ người thi hộ	5,5	5,5	3,3	85,6	3,0	0,8
3	Tôi tích cực tham gia hoạt động văn hóa, văn nghệ, thể thao của Khoa, Trường	38,7	27,6	29,8	3,9	3,7	0,9
4	Tôi sử dụng, tàng trữ, buôn bán các chất độc hại (ma túy, heroin...), vũ khí trong trường học	5,0	4,4	3,9	86,7	3,7	0,8
5	Tôi có hành vi bạo lực đối với người khác tại trường học	5,5	3,9	3,9	86,7	3,7	0,8
6	Tôi lấy trộm cơ sở vật chất, thiết bị nhà trường	3,9	5,0	3,9	87,3	3,7	0,7
7	Tôi cố ý phá hỏng cơ sở hạ tầng, vật chất của Nhà trường	3,9	5,0	3,9	87,3	3,7	0,7
8	Tôi lấy trộm đồ của người khác tại trường	3,9	4,4	4,4	87,3	3,8	0,8
9	Tôi tích cực tham gia các hoạt động tình nguyện (ủng hộ đồng bào lũ lụt, hiến máu nhân đạo... tại Khoa/ Trường)	36,5	32,0	25,4	6,1	3,0	0,9
ĐTB chung						3,6	0,6

Chú thích: TX: Thường xuyên; KTX: Khá thường xuyên; TT: thỉnh thoảng; KBG: Không bao giờ; ĐTB: Điểm trung bình ($1 \leq \text{ĐTB} \leq 4$); ĐLC: Độ lệch chuẩn.

Kết quả khảo sát tại Bảng 4 cho thấy SV năm thứ nhất Trường ĐHSP, ĐH Huế có mức độ thích ứng khá cao với các quy định học đường, với ĐTB đạt 3,6/4. Các hành vi vi phạm nghiêm trọng như tàng trữ chất cấm, hành vi bạo lực, phá hoại tài sản đều bị SV từ chối rõ rệt (trên 86% chọn “không bao giờ”), phản ánh ý thức trách nhiệm, trung thực và tự chủ đang được hình thành rõ nét. Đặc biệt, hành vi “lấy trộm đồ của người khác” có ĐTB cao nhất (3,8), cho thấy sự đồng thuận cao về các chuẩn mực đạo đức trong môi trường học đường.

Tuy nhiên, mức độ tham gia các hoạt động xã hội lại chưa thật nổi bật. Trong khi hành vi tham gia hoạt động văn hóa, thể thao có ĐTB = 3,7, thì hành vi tham gia tình nguyện chỉ đạt 3,0 điểm. Có đến 31,5% SV ít hoặc không tham gia hoạt động tình nguyện. Phỏng vấn sâu cho thấy SV thường lo ngại ảnh hưởng việc học, chi phí hoặc thiếu hiểu biết về giá trị của các hoạt động này. Điều đó phản ánh một mức độ TUXH mang tính thụ động – SV tuân thủ quy định để tránh vi phạm, hơn là chủ động đóng góp tích cực cho cộng đồng.

Theo Maslow, khi nhu cầu an toàn và định hướng chưa được đảm bảo, cá nhân sẽ chưa sẵn sàng hướng đến các hoạt động mang tính cộng đồng và tự khẳng định. Ngoài ra, vẫn còn tồn tại hành vi gian lận trong thi cử: 6,6% SV thừa nhận thỉnh thoảng sử dụng tài liệu khi thi và 5,5% từng nhờ người thi hộ – điều cần được nhà

trường và cố vấn học tập lưu tâm trong công tác giáo dục giá trị và đạo đức nghề nghiệp.

Tóm lại, SV năm nhất Trường ĐHSP, ĐH Huế có ý thức tuân thủ nội quy tốt, song cần được khuyến khích phát triển vai trò chủ động trong các hoạt động văn hóa, xã hội – những yếu tố quan trọng giúp nâng cao kỹ năng xã hội và năng lực TUXH trong môi trường đại học.

4. KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ

4.1. Kết luận

Kết quả nghiên cứu đã cho thấy bức tranh tổng thể về mức độ TUXH của SV năm thứ nhất Trường ĐHSP, ĐH Huế ở mức trung bình khá. Phần lớn SV đã bước đầu thiết lập được các mối quan hệ xã hội tích cực với bạn bè và giảng viên, đồng thời thể hiện ý thức tuân thủ các quy định học đường. Tuy nhiên, vẫn còn một bộ phận SV gặp khó khăn trong giao tiếp, chưa chủ động chia sẻ cảm xúc, ít tham gia các hoạt động cộng đồng và chưa thiết lập được quan hệ sâu sắc với giảng viên và bạn bè.

Đặc biệt, tỷ lệ SV chủ động giao tiếp và chia sẻ khó khăn với giảng viên – một yếu tố phản ánh khả năng thích ứng trong môi trường giáo dục bậc cao – còn tương đối thấp. Tình trạng ngại ngùng, sợ bị đánh giá, thiếu kỹ năng xã hội và ảnh hưởng từ mô hình giáo dục phổ thông truyền thống là những rào cản chính ảnh hưởng đến khả năng TUXH toàn diện của SV.

Từ góc độ tâm lý học phát triển và tâm lý học xã hội, TUXH của SV năm thứ nhất không chỉ là sự hòa nhập về mặt hành vi mà còn là sự phát triển những năng lực nội tâm như tự tin, khả năng thiết lập quan hệ, quản lý cảm xúc và tham gia tích cực vào cộng đồng học đường. Vì vậy, việc hỗ trợ SV nâng cao năng lực TUXH là yêu cầu cấp thiết, đặc biệt trong học kỳ đầu của năm học đầu tiên.

4.2. Khuyến nghị

Từ những phân tích nêu trên, nhóm nghiên cứu kiến nghị một số giải pháp nâng cao năng lực TUXH cho SV năm thứ nhất Trường ĐHSP, ĐH Huế như sau:

- *Tổ chức các chương trình hỗ trợ chuyển tiếp học đường*: Nhà trường cần triển khai các chương trình định hướng nhập học, giới thiệu văn hóa học đường, kỹ năng học đại học và các tình huống giao tiếp điển hình nhằm giúp SV năm thứ nhất hình thành mô hình ứng xử xã hội phù hợp với môi trường đại học.

- *Tăng cường phát triển kỹ năng xã hội và trí tuệ cảm xúc*: Xây dựng các khóa học ngắn hạn hoặc tích hợp kỹ năng xã hội (giao tiếp, làm việc nhóm, trình bày, chia sẻ cảm xúc...) vào học phần *Kỹ năng sống*, *Giáo dục công dân*; tổ chức hội thảo, chuyên đề với chuyên gia tâm lý và các buổi thực hành trải nghiệm để SV rèn luyện phản ứng xã hội trong môi trường giả lập.

- *Phát triển mô hình cố vấn đồng đẳng và hỗ trợ bạn mới*: Khuyến khích lớp trưởng, nhóm trưởng các Câu lạc bộ thành lập nhóm “Bạn đồng hành” nhằm hỗ trợ tân SV kết nối, trao đổi và định hướng hòa nhập trong học kỳ đầu.

- *Xây dựng hệ thống hỗ trợ tâm lý học đường chuyên nghiệp*: Tái lập và nâng cao vai trò của Phòng Tư vấn tâm lý học đường: bố trí nhân sự chuyên trách, xây dựng quy trình hỗ trợ, cung cấp dịch vụ tư vấn cá nhân, nhóm và tổ chức các hoạt động truyền thông phòng ngừa rủi ro nhiều tâm lý học đường.

- *Tăng cường kết nối giữa giảng viên – SV*: Giảng viên cần tích cực hơn trong việc quan tâm, lắng nghe và đồng hành cùng SV. Giảng viên không chỉ là người giảng

dạy mà còn là người hỗ trợ tâm lý – xã hội. Các buổi cố vấn học tập định kỳ nên được duy trì và đổi mới hình thức để tăng tính thân thiện, hiệu quả.

- *Khuyến khích SV tham gia hoạt động cộng đồng*: Đa dạng hóa hoạt động ngoại khóa theo nhóm nhỏ (dựa theo sở thích, ngành học, năng lực...) để tăng tính phù hợp và thu hút SV; đồng thời có cơ chế ghi nhận sự tham gia nhằm thúc đẩy động lực nội tại.

- *Duy trì thường niên Hội thi nghiệp vụ sư phạm*, qua đó phát triển các kỹ năng thích ứng xã hội cho SV.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đào Thị Duy Duyên (2013), *Những khó khăn trong cuộc sống của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm thành phố Hồ Chí Minh*, Tạp chí Khoa học ĐHSP TP. Hồ Chí Minh, Số 50.

2. Trần Thị Minh Đức (2004), *Nghiên cứu sự thích ứng của sinh viên năm thứ nhất của Đại học Quốc gia Hà Nội với môi trường Đại học*, Đại học Quốc gia Hà Nội.

3. Vũ Dũng (2000), *Từ điển Tâm lý học*, NXB Khoa học xã hội, Hà Nội.

4. Erikson, E.H. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton.

5. Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company.

6. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.

8. Izard, C.E. (1977). *Human Emotions*. New York: Plenum Press.

8. Schlossberg, N.K. (1981). A model for analyzing human adaptation to transition. *The Counseling Psychologist*, 9(2).

9. Антипова Л.А. (2008), *Педагогические технологии успешной адаптации личности студента в процессе обучения в вузе*, Казанский педагогический журнал, № 2, С. 52–56.

10. Долгова В.И. и др. (2015), *Исследование адаптации первокурсников к обучению в университете*, Концепт, № 31, С. 66–70.

11. Зарипов Р.Н., Зарипова И. Р. (2011), *Адаптация студентов в технологическом вузе: психолого-педагогический аспект*, Вестник Казанского технологического университета, № 24, С. 236–242.

12. Корель Л.В. (2005), *Социология адаптации: Вопросы теории, методологии и методики*, Новосибирск, 424 с.

13. Токарева Г.Ф. (2009), *Адаптация молодежи в системе образования: управленческий аспект*, Уфа, С. 90.

14. Вебер М. (1994), *Образ общества*, М., 704 с.

SOCIAL ADAPTATION OF FIRST-YEAR STUDENTS AT THE UNIVERSITY OF EDUCATION, HUE UNIVERSITY

Le Van Khuyen¹, Phan Thi Kim Lien², Ho Van Dung³

¹University of Education, Hue University Email: lvkhuyen@hueuni.edu.vn

² Van Lang University; Email: lien.ptk@vlu.edu.vn

³University of Education, Hue University; Email: hvdung@hueuni.edu.vn

Abstract: First-year university students often face numerous challenges during the transition from high school to higher education, particularly in terms of social

adaptation. This article presents the results of a survey on the current state of social adaptation among 181 first-year students at the University of Education, Hue University, examined across three dimensions: peer relationships, relationships with lecturers, and compliance with and participation in school activities. The findings show that most students exhibit a moderate to fairly good level of social adaptation, with positive behaviors in building peer relationships and complying with school regulations. However, a portion of students still experience difficulties in communication, lack initiative in sharing, and show limited engagement in community activities. Based on both quantitative and qualitative data, the article proposes several recommendations to support students in enhancing their social adaptation capacity during the first semester of university life.

Keywords: social adaptation, first-year students, peer relationships, teacher-student relationships, school psychology, social skills.